

его деятельности снижается, проявляются различные способы психологической защиты. На этой стадии можно наблюдать различные приемы субституции как безупречного выполнения обязанностей, не имеющих прямого отношения к профессиональной деятельности. Так, человек может вести нескончаемую подготовку к деятельности: искать подтверждения тому, что выполнять конкретную работу необходимо, изучать альтернативные способы выполнения, обращаться за консультациями к специалистам и пр.

Другими вариантами субституции выступают видимость вместо дела, критика других профессионалов, специализация на побочных занятиях, например, создание уюта на рабочем месте, борьба за лучшие условия труда (перестановка мебели, требования лучшего рабочего места, качественных канцелярских товаров, качественной офисной техники и пр.) Эмоциональная сфера отличается безразличием к профессиональной деятельности, избеганием неформальных контактов, избегание тем, связанных с работой, самодостаточностью, отказом от хобби, скукой.

Пятая стадия проявляется через появление психосоматических реакций (снижение иммунитета, повышение артериального давления, тахикардию, головные боли, боли в области позвоночника, расстройства пищеварения и пр.) и различных зависимых форм поведения.

На шестой стадии, названной разочарование в профессиональной деятельности, появляется негативная жизненная установка, чувство беспомощности и бессмысленности жизни, экзистенциальное отчаяние.

Т.В. Рогачева, С.А. Самсонов

Екатеринбург

К ВОПРОСУ О ВЗАИМОВЛИЯНИИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ И ЭМОЦИОНАЛЬНОСТИ ЛИЧНОСТИ

Связь адаптационных процессов с эмоциональной сферой личности является одним из самых обсуждаемых вопросов в психологии. Отмечая многоуровневый характер адаптации, авторы подчеркивают, что психологическая составляющая адаптационных процессов отличается «наличием сознательного регулирования, в основе которого лежит личностная оценка. Последняя всегда преломляется через эмоциональную сферу»¹¹⁵¹. С одной стороны, авторы опираются на точку зрения Ч.Дарвина и У.Кэннона, рассматривавших эмоции как специфический мобилизационный механизм энергетически ресурсов. Так, Р.М.Грановская пишет, что «феномен эмоционального переживания – сигнал для перехода от автоматизмов поддержания физиологического равновесия организма к активной ориентировочной деятельности, поиску условий для адаптации»¹¹⁵².

Здесь обращается внимание на тесную связь эмоциональности человека с определенностью либо с неопределенностью как поступающей информации, так и временного интервала ее получения человеком. «Наибольшее стрессогенное воздействие связано с такой неопределенностью поступления сигналов, когда человек не может предвидеть время воздействия раздражителя»¹¹⁵³, - указывают Е.И.Соколов и Е.В.Белова на особенности радиационного излучения как «раздражителя-невидимки». Если человек может предвидеть последствия действия раздражителя, то у психики есть время на формирование модели поведения, адекватной ситуации. Условия неопределенности «заставляют организм поддерживать постоянное тоническое напряжение

¹¹⁵¹ Системные механизмы поведения // Под ред. К.В.Судакова, М.Банча. - М.: Медицина, 1990.. – С. 24.

¹¹⁵² Грановская Р.М. Элементы практической психологии. – СПб.: Свет, 1997. – С. 193.

¹¹⁵³ Соколов Е.И., Белова Е.В. Эмоции и патология сердца. – М.: Наука, 1983. – С. 13.

соответствующих психофизиологических процессов и поддерживать временные связи нейронов, расходуя напрасно значительное количество энергетических ресурсов»¹¹⁵⁴.

С другой стороны, существует точка зрения Г.Селье и К.Изарда, рассматривавших эмоциональное напряжение как биологически целесообразную реакцию организма. В.С.Ротенберг и В.В.Аршавский указывали, что «расстройство здоровья рассматривается не как автоматическое следствие длительного и интенсивного напряжения, а как результат недостаточной эффективности этих механизмов, которые в принципе как раз и призваны обеспечить сопротивляемость в любых условиях»¹¹⁵⁵.

Я.В.Семке замечает: «С этих позиций эмоциональный (психологический) стресс требует неоднозначной оценки: в зависимости от силы, длительности, положительной или отрицательной эмоциональной реакции он может протекать в нормальных пределах или переходить в болезненное состояние... В результате происходящих сдвигов... развиваются специфические «болезни социальной адаптации»¹¹⁵⁶.

В.П.Казначеев¹¹⁵⁷, рассматривая аффективный аспект адаптации как основной в саморегуляции поведения, предлагает несколько вариантов приспособительных процессов. Первый связан с так называемым спринтерским типом адаптации, суть которого в наличии большого резерва сил организма, мобилизирующегося при мощном, но кратковременном стимуле. Второй вариант адаптационной стратегии назван В.П. Казначеевым стайерским и предполагает способность выдерживать длительные нагрузки без существенных потерь. Недостатком первого варианта выступает малая приемлемость для организма длительных нагрузок, даже средней интенсивности, второго – малая устойчивость к внезапным нагрузкам. С этих позиций радиационное излучение является как длительным, так и неконтролируемым, а следовательно внезапным фактором среды, что приводит как «спринтеров», так и «стайеров» в состояние компенсации, которая «сама по себе... на определенном этапе составляет различные степени переходного состояния. Одним из таких состояний является атеросклероз»¹¹⁵⁸.

В.С.Ротенберг и В.В.Аршавский выдвигают свой вариант поисковой активности, как «общий неспецифический фактор, который определяет устойчивость организма к стрессу и вредным воздействиям»¹¹⁵⁹. Такой вариант назван ими отказом от поиска, при этом подчеркивается, что «стадия напряжения не непосредственно и не постепенно переходит в стадию истощения, стресс сменяется дистрессом только тогда, когда поиск уступает место отказу от поиска»¹¹⁶⁰. Причем «поиск должен возникать в ситуации, когда какие-то потребности субъекта не могут быть удовлетворены за счет предшествующих хорошо отработанных навыков поведения»¹¹⁶¹.

Обращает на себя внимание тесная связь, регистрируемая представителями данного подхода, эмоциональной сферы личности с ее потребностями. К.Изард, например, понятие базовых потребностей и эмоциональную направленность ставит в один ряд, подчеркивая при этом, что «эмоции рассматриваются не только как основная мотивационная система организма, но и в качестве фундаментальных личностных процессов, придающих смысл и значение человеческому существованию»¹¹⁶².

Направление, базирующееся на работах У.Кэннона, Г.Селье и К.Бернара, связывает понимание адаптации с гомеостазом. «Из биологического и медицинского этот принцип перенесен в психологию, вызвав протест, но в большинстве случаев неосознаваемый и не

¹¹⁵⁴ Там же. С. 14.

¹¹⁵⁵ Ротенберг В.С., Аршавский В.В. Поисковая активность и адаптация. – М.: Наука, 1984. – С. 7.

¹¹⁵⁶ Семке В.Я. Психогении современного общества. – Томск: Томский государственный университет, 2003. – 408 с. – С. 36.

¹¹⁵⁷ Казначеев В.П. Современные аспекты адаптации. – Новосибирск: Наука, 1080. – 190 с.

¹¹⁵⁸ Там же. С. 82.

¹¹⁵⁹ Ротенберг В.С., Аршавский В.В. Поисковая активность и адаптация. – М.: Наука, 1984. – 192 с. – С. 23.

¹¹⁶⁰ Там же.

¹¹⁶¹ Там же. С. 27.

¹¹⁶² Изард К.Э. Психология эмоций. – СПб.: Питер, 1999. – 464 с. – С. 55.

подкрепленный глубокими теоретическими исследованиями, а поэтому не изменивший его господствующего положения «, – писал А.Асмолов¹¹⁶³. В данных работах проводится прямая связь адаптации с гомеостазом, сохранение которого на всех уровнях организации человека декларируется как цель и значение адаптации. В понятие гомеостаза включаются два взаимосвязанных процесса – достижение устойчивого равновесия и саморегуляция. Соответственно адаптационные процессы проявляются как инерционные и приспособительные. Инерционные процессы адаптации, по нашему мнению, связаны с неадекватной ориентацией на старые цели, тогда как приспособительные – с новыми целями в изменившихся условиях. Причем наличие либо отсутствие гомеостаза уже на уровне организма есть психологический маркер адаптированности человека к новым условиям.

Основные выводы о взаимовлиянии эмоциональности и адаптации предполагают наличие механизмов приспособления на двух уровнях. Первый уровень связан с индивидуальными свойствами человека, которые «преимущественно могут быть объяснены в контексте гомеостатических моделей адаптации, особенно когда речь идет о филогенетически наиболее древних уровнях организации индивида»¹¹⁶⁴. Однако нельзя отрицать возможность существования индивидуальных неадаптивных проявлений, которые являются адаптационными на уровне популяции, например генетическую предрасположенность к определенному паттерну поведения.

Как считает В.П.Казначеев¹¹⁶⁵, на личностном уровне сосуществуют два типа регуляции поведения: адаптивный и неадаптивный, принципом разделения которых служит соотношение цели и результата активности. Причем индивидуально неадаптивное поведение может рассматриваться как адаптивное на социальном, то есть личностном уровне.

У.Флик также предполагает существование следующего «алгоритма формирования дезадаптации: хроническая психическая травма → хроническое психическое напряжение → собственно дезадаптация → патологические нарушения»¹¹⁶⁶. Такой подход опирается на предположение, что «психика – наиболее совершенный и наиболее ранимый аппарат приспособления человека к социальной и экологической среде. При действии на организм чрезвычайных раздражителей, в условиях острого и особенно хронического напряжения данный вид адаптации может нарушаться в первую очередь. В результате существования психосоматических взаимоотношений это приводит к изменениям на более низких уровнях структурно-функциональной организации»¹¹⁶⁷.

Как связаны индивидуальный и личностный уровни адаптации? Попытки выявления механизмов их взаимодействия дают противоречивые результаты. Так, А.Элиас выдвинул гипотезу о существовании связи уровня реактивности индивида со стилем саморегуляции, то есть характерным для данного индивида способом регуляции своих взаимоотношений со средой¹¹⁶⁸. Согласно этой гипотезе, для индивидов, которым свойственна низкая потребность в стимуляции и высокая реактивность, характерен пассивный стиль саморегуляции – поведение, направленное на устранение рассогласований между субъектом и средой. Простое же приспособление к среде как низкая реактивность требует гораздо большей проявленности активности человека.

Данная гипотеза проверена Я.Стреляу в эксперименте на 130 мальчиках 15-17 лет. Данный автор определял стиль саморегуляции в трех ситуациях: «1. Приспособление

¹¹⁶³ Асмолов А.Г. Культурно-историческая психология и конструирование миров. – М.: Воронеж, 1996. – 768 с. – С. 19.

¹¹⁶⁴ Аронов Д.М. Лечение и профилактика атеросклероза. – М.: Трида-Х, 2000. – 411 с. – С. 458.

¹¹⁶⁵ Казначеев В.П. Современные аспекты адаптации. – Новосибирск: Наука, 1980. – 190 с. – С. 34.

¹¹⁶⁶ Flick U. Qualitative Inquiries into Social Representation of Health // J. of Health psychology. – 2000. – №3. – P. 12-32. – С. 22.

¹¹⁶⁷ Системные механизмы поведения // Под ред. К.В.Судакова, М.Банча, - М.: Медицина, 1990. – 240с. – С. 111.

¹¹⁶⁸ Elias A. Temperament a osobowść. – Wroslaw, 1974. - 112 p. – С. 32 – 41.

своих целей к реальному положению вещей. 2. Приспособление своих действий к тому, чтобы в новой ситуации существовала возможность достижения целей. 3. Активные действия в ситуации, затрудняющей осуществление целей. Показателем активного стиля саморегуляции считался высокий результат, показанный во всех трех ситуациях, тогда как низкий результат рассматривался как показатель пассивного стиля саморегуляции»¹¹⁶⁹.

В.А. Петровский обозначил данный феномен «постулатом сообразности». Смысл данного постулата состоит в утверждении, что при анализе тех или иных стремлений человека, «можно как бы взойти к той цели, которая, в конечном счете, движет поведением, каким бы противоречивым и неразумным не представлялись при «поверхностном» наблюдении основанные на ней побуждения и стремления людей»¹¹⁷⁰. Другими словами, при подобном подходе адаптивность представляет собой тенденцию субъекта к реализации и воспроизведению в деятельности уже имеющихся стремлений, направленных на осуществление тех действий, целесообразность которых была подтверждена предшествующим опытом. Неадаптивность как расхождение в свою очередь представляет противоречие между преследуемой субъектом целью и результатом его активности.

Таким образом, понятие неадаптивности имеет достаточно размытые критерии. Неадаптированность может раскрываться как характеристика личности и как характеристика личностной организации. Данное понятие может выступать синонимом дезадаптации, может иметь отношение к стилям саморегуляции и пр. С нашей точки зрения, во всех случаях необходимо говорить о различных вариантах адаптации, представляющих собой как бы шкалу, на одном конце которой – конструктивное самосохранительное поведение, на другой неконструктивное, саморазрушительное поведение.

**Г.В. Талалаева, П. Ермолаева, Ю. Тютюнник
Екатеринбург**

СТАБИЛИЗАЦИЯ ПРОЦЕССА НАРКОТИЗАЦИИ В СРЕДЕ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ

Известно, что процесс наркотизации населения в масштабах административных территорий (стран, областей, городов и муниципальных образований) носит циклический характер (Г.В. Талалаева, Д.А. Дианов, 2004). В настоящее время в России, после некоторого спада распространенности наркомании среди населения в целом и среди молодежи в частности, наблюдается очередной рост числа лиц, вовлеченных в зависимое поведение. Эта тенденция отмечается на территориях Свердловской области также, как и в других районах Российской Федерации.

С целью управления процессом наркотизации населения, своевременного прогнозирования возможного роста числа наркозависимых лиц и принятия эффективных мер по нивелированию данного явления в социуме, во многих странах мира ведется мониторинг различных проявлений наркомании, и составляются соответствующие эмпирические базы данных. Принципы построения таких баз данных могут быть различны. Они могут включать в себя маркетинговые, правовые, криминалистические, медицинские, социальные и другие характеристики. Характеристика таких баз данных описана М. Ширэ (2002) и представлена в табличном виде Г.В. Талалаевой с соавторами. (2007).

Мы полагаем, что принципы построения указанных баз данных зависят не только от географической принадлежности исследователей, проводящих наркологический мониторинг территории, но и от масштабов тех контингентов лиц, которые подлежат

¹¹⁶⁹ Стрелая Я. Роль темперамента в психическом развитии. – М.: Прогресс, 1982. – 231 с. – С. 136.

¹¹⁷⁰ Петровский В.А. Психология неадаптивной активности. – М.: ТОО «Горбунок», 1992. – 224 с. – С. 18.